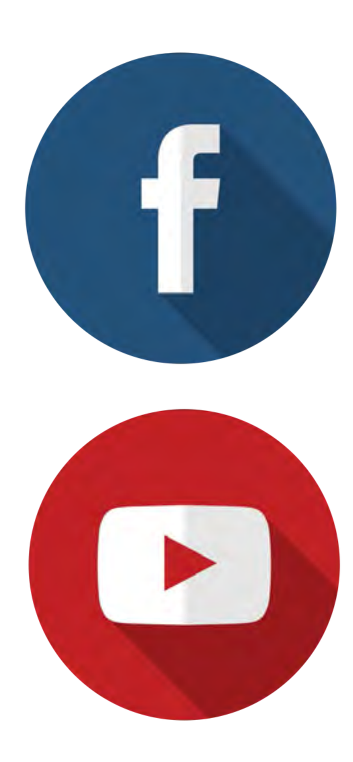
In the name of Allah, the Most Gracious, the Most Merciful







Les Troubles Musculo-Squelettiques (TMS) du rachis et des membres inférieurs et supérieurs

Pr Ouaaz

Service de médecine du travail- EPH de Rouiba

Définitions

- Ce sont des atteintes multiples plurifactorielles, touchant le membre supérieur, le membre inférieur et le dos.

- Elles sont appelées les pathologies d'Hypersollicitation musculaire.
- C'est le problème de santé d'origine professionnelle le plus répandu en Europe, 1ère maladie professionnelle déclarée, touchant tous les secteurs d'activité.

Mécanismes

- Il existe un déséquilibre entre les sollicitations biomécaniques et les capacités fonctionnelles de l'opérateur dans la genèse de ces troubles qui dépendent:
- de l'âge,
- du sexe,
- de l'état physiologique,
- de l'état psychologique
- des antécédents personnels.

Mécanismes

- Elles entraînent des déficiences des structures corporelles telles que
- les muscles,
- les articulations,
- les tendons,
- les ligaments,
- les nerfs
- des parties du système circulatoire.

Mécanismes

- Les TMS affectent principalement le dos, le cou, les épaules et les membres supérieurs, mais également les membres inférieurs.
- La plupart sont des troubles cumulatifs qui se développent pendant une période prolongée.
- Il peut également s’agir de traumatismes aigus (fractures en cas d’accident, par exemple).

Signes cliniques

- **La douleur est souvent la principale symptomatologie de ces maladies.**

La difficulté ou l'impossibilité d'effectuer des tâches dans la vie courante est fréquente. Les TMS induisent un handicap souvent transitoire mais parfois définitif

Des troubles sensitifs :
- Fourmillements
- Picotements
- Perte de sensibilité
- Engourdissement…

Des troubles moteurs :
- Perte de force musculaire
- Atrophie progressive du muscle…

Les facteurs de risques des TMS

- Les caractéristiques du travail et les conséquences de l'environnement immédiat dans lequel il est réalisé, constituent la cause professionnelle principale.

- Les facteurs de risques peuvent agir seuls ou en combinaison avec d'autres :

Les facteurs de risques des TMS

Physiques –

- Application:
- d’une force,
- mouvements répétitifs,
- vibrations,
- positions inconfortables.
- Les facteurs de risque sont de type biomécanique, notamment pour le membre supérieur : fréquence du geste, gestes dynamiques ou statiques engageant les mêmes groupements musculaires de façon répétitive.

Les facteurs de risques des TMS

Physiques

- L’amplitude importante du geste avec des angles extrêmes est également susceptible de provoquer les TMS.
- Les postures inadaptées, ainsi que les appuis et les frottements constituent des facteurs de risque importants

Les facteurs de risques des TMS

- **Organisationnels** - faible niveau d'autonomie/ de satisfaction vis-à-vis du travail, tâches répétitives exécutées à un rythme soutenu.

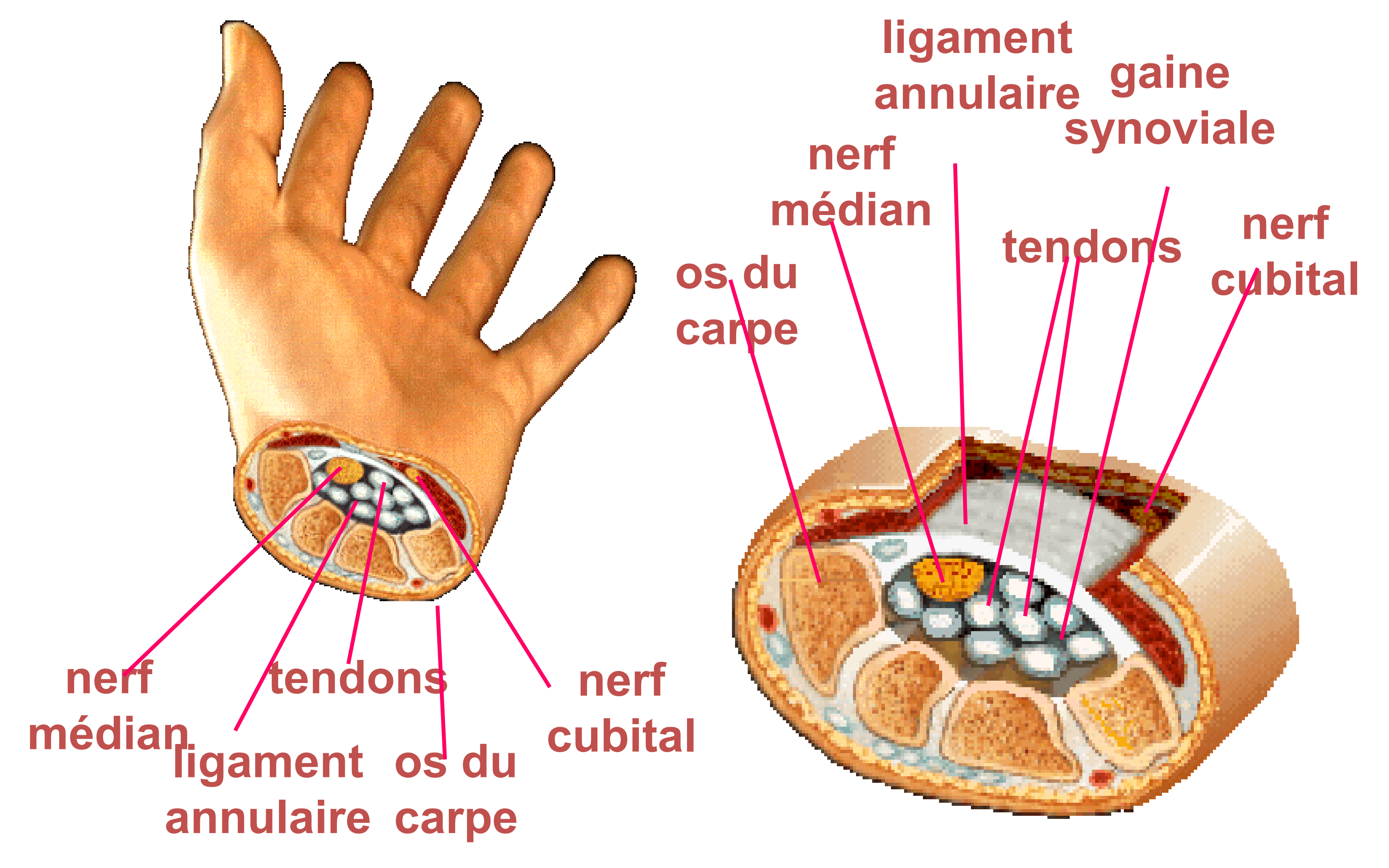
- **De l'environnement de travail**: froid, bruit, vibrations

- **Individuels** - antécédents médicaux, capacité physique, âge, sexe.

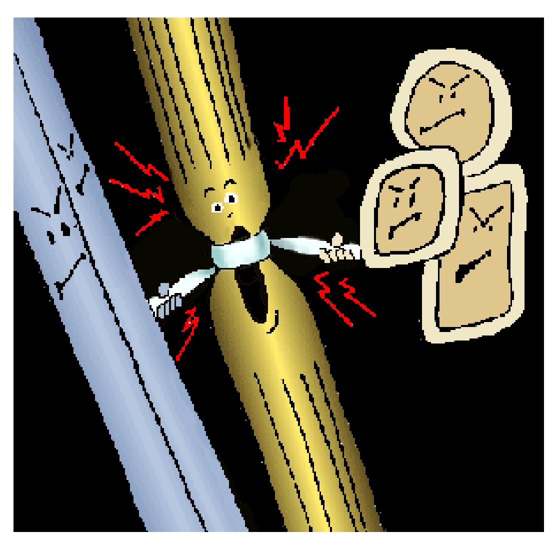
Manifestations cliniques

- **TMS du membre supérieur :**
- Syndrome du canal carpien
- Atteinte de la Coiffe des rotateurs de l'épaule
- Atteinte du coude, épicondylite,…

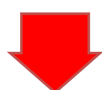
Le Canal Carpien



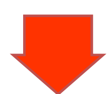
Syndrome du Canal Carpien S.C.C.



Compression du nerf médian au niveau de son passage dans le canal carpien



Fourmillements, engourdissement douloureux souvent nocturne



Paralysie des 3 premiers doigts



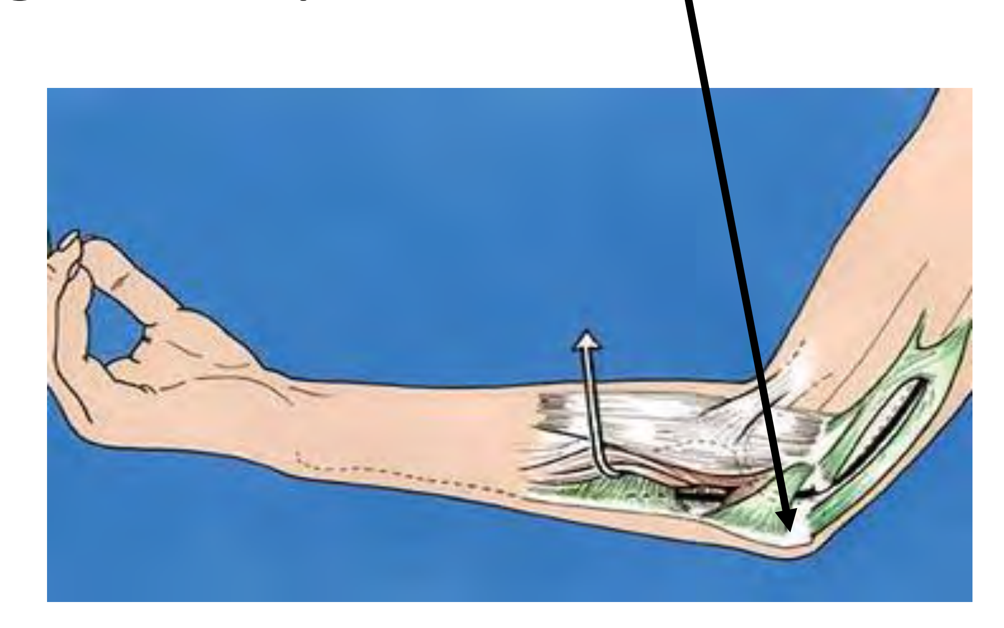
Tendinopathie de la coiffe des rotateurs

Epaule

sans avec

la contraction des muscles de la coiffe

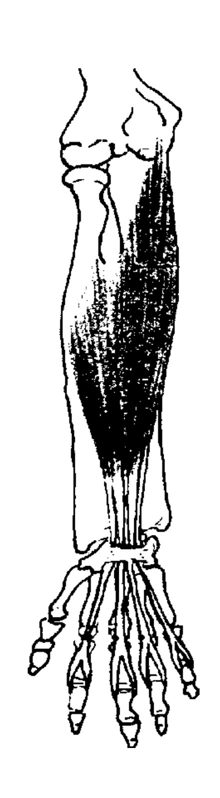
- **Hygroma du coude**
- Inflammation de la bourse séreuse superficielle située au niveau de l'olécrane (pointe du coude), liée à un travail avec appui prolongé sur la pointe du coude.



Tendinite : inflammation d’un tendon

Epicondylite

Inflammation des tendons extenseurs de la main et des doigts à leur insertion au coude



Epitrochléite

Inflammation des tendons des fléchisseurs de la main et des doigts à leur insertion au coude

Tenosynovite Inflammation d’un tendon et de sa gaîne

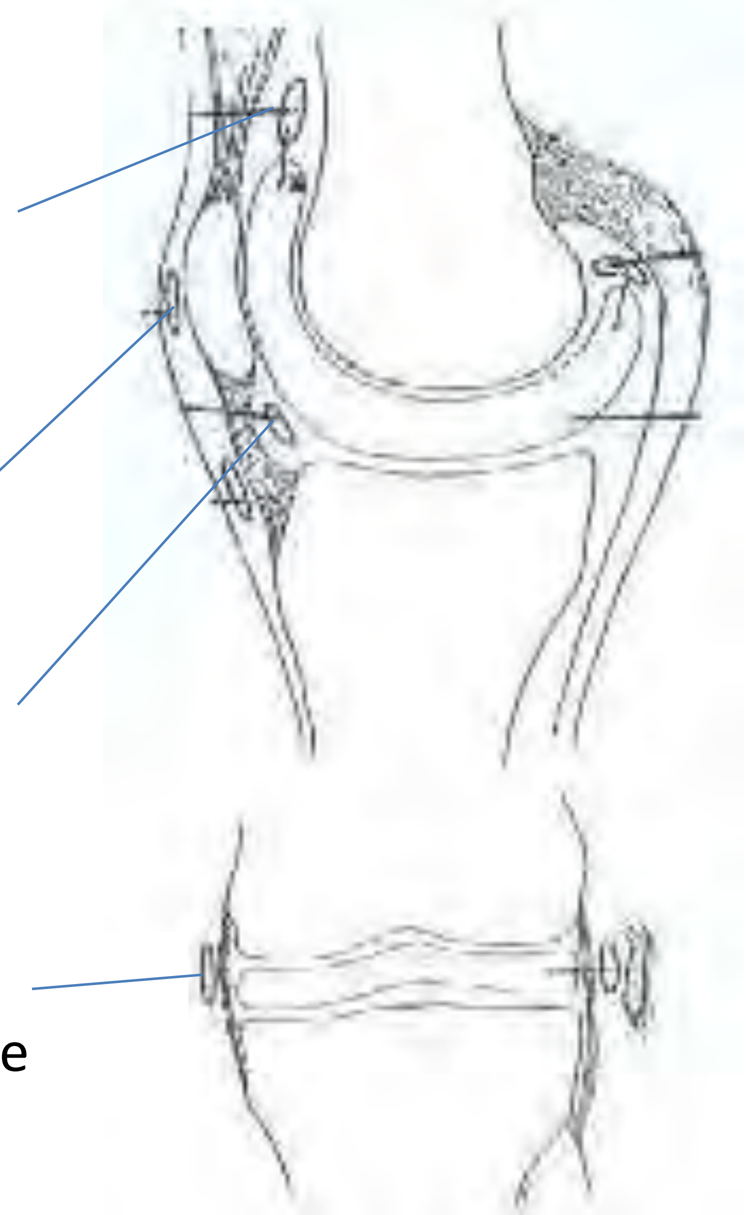
- **TMS du membre inférieur :**
- Hygroma du genou
- Tendinite rotulienne
- L'hygroma peut être aigu ou chronique, provoqué par l'appui prolongé sur le genou. Il s'agit d'une inflammation des bourses séreuses:

Bourse séreuse sous-quadricipitale

Bourse séreuse pré rotulienne

Bourse séreuse sous-rotulienne profonde

Bourse séreuse sous-rotulienne superficielle



TMS du membre inférieur

- Compression du nerf Sciatique Poplité Externe lors de la position accroupie prolongée

- Lésions méniscales provoquées par la position agenouillée ou accroupie.

- Tendinite achilléenne, conséquence de la station sur la pointe des pieds de façon prolongée.

Affections du dos

- Ce sont des atteintes se manifestant sous forme de sciatique par hernie discale L4-L5 ou L5-S1 avec atteinte de la racine des nerfs rachidiens.

- Ou de radiculalgie crurale par hernie discale L2-L3 ou L3-L4 ou L4-L5 avec atteinte de la racine des nerfs rachidiens.

Affections du dos

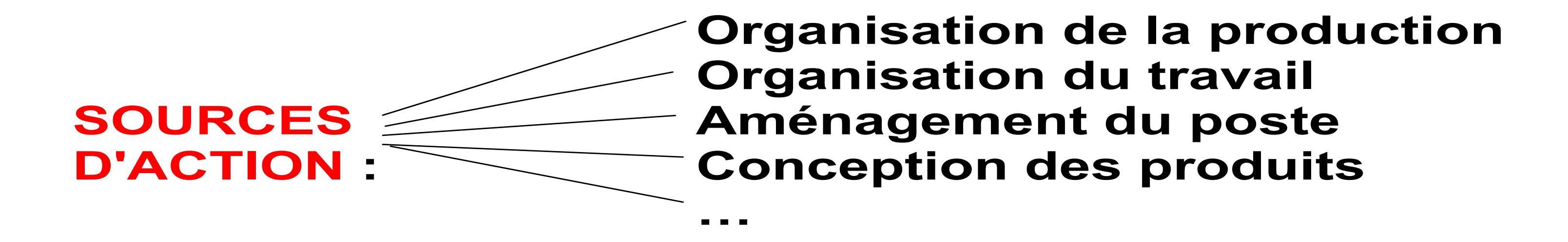
- Les contraintes peuvent être gestuelles et posturales et sont retrouvées dans la manutention de charges lourdes et dans la conduite d’engins, de chariots élévateurs, et de camions…, associées aux vibrations transmises par ces derniers.

Affections du dos

- **TMS du rachis**
- Sciatiques
- Lombalgies
- Hernies discales

Maîtriser le risque

Transformer les situations de travail, en réduisant les contraintes qui pèsent sur l'opérateur



→ **Etude de pistes de prévention et formulation de propositons**

Pistes de prévention envisageables

- Port d’équipements de protection adapté
- Rotations de postes
- Instauration de «pauses actives»
- Recherche de solutions en amont du processus de travail

Pistes de prévention envisageables

- Information des salariés sur les TMS
- Formation professionnelle des nouveaux embauchés
- Adaptation des postes de travail
- Actions sur les outils: opter pour des outils ergonomiques

Réparation

- La réglementation Algérienne ne reconnait pas les TMS comme maladie professionnelle.

- Il n'existe pas de tableau y afférent, sauf pour l'hygroma du genou (tableau n° 56)

- Les TMS sont déclarés comme maladies à caractère professionnel.